

# URHEIMISCHE NOTIZEN

...das Blatt für urheimische Gesundheitsförderung

## Im Namen der Zistrose – ein Pflanzenkrimi

**„Geh Cistus holen!“ trug vor fast 50 Jahren die Großmutter Leferia dem kleinen Georgios zum ersten Mal auf. Sie zeigte hinaus auf die dichten Buschwälder der griechischen Insel. „Aber nicht von da, mein Junge!“ Der Finger der Großmutter zeigte in eine andere Richtung. „Sondern nur von dort!“**

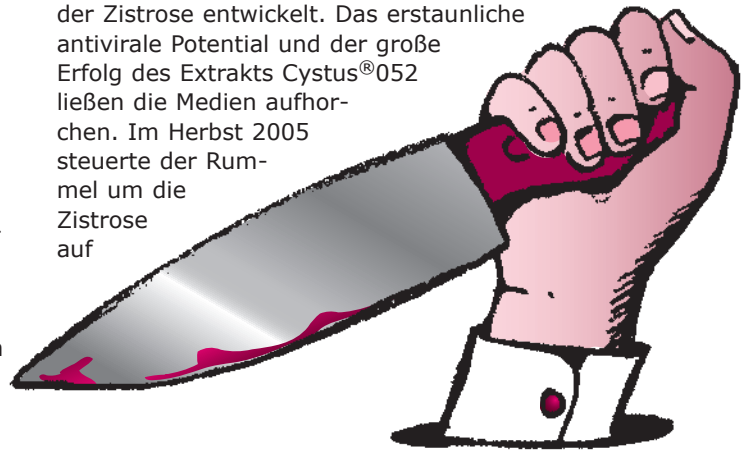
Damals wunderte sich Georgios warum er das Kraut an einer ganz bestimmten Stelle ernten sollte. Waren die Zistrosensträucher nicht alle gleich? Warum sollte er den weiten Weg über die Hügel nehmen, wenn die gleichen Zistrosensträucher direkt vor der Haustür wuchsen? „Warum kann ich nicht diese hier ernten, Oma?“ fragte Georgios. Die Großmutter lächelte wissend: „Du könntest natürlich auch diese hier nehmen, mein Junge. Sie sehen fast genau so aus. Aber diese können wir nicht gebrauchen.“

Als Georgios am Abend mit seiner Ernte durch die ausgedehnten Macchiawälder nach Hause zurückkehrte, stand bereits eine frisch gebrühte Kanne Cistustee auf dem Tisch. Wie jeden Abend. Und am Morgen, als die Frühsommersonne ihr warmes Licht in die Küche schickte, wurde der erste Cistustee des Tages gebrüht. Georgios konnte sich nicht daran erinnern, daß ein Besucher jemals das Haus verließ, ohne vorher eine Tasse Cistustee getrunken zu haben. Und für die Großmutter, die als Hebamme arbeitete, gehörte Cistus praktisch zum Handwerkszeug. Er war für die Waschungen der Wöchnerinnen unerlässlich. Die graubehaarte Zistrose war im Alltagsleben eine Selbstverständlichkeit. Sie gehörte einfach dazu.

In Deutschland hingegen war Cistus vollkommen unbekannt. Niemand wäre auf die Idee gekommen, daß sich mit dieser Pflanze irgendetwas „anfangen“ ließe. Doch Georgios Pandalis erinnerte sich während seiner Studienzeit in Deutschland und auch danach oft und gern an die Cistus-Pflanze, die untrennbar mit seiner Kindheit und Jugendzeit verbunden war. Das Bild der Großmutter, die mit dem Finger auf die Zistrosensträucher eines ganz bestimmten Standortes zeigte, ging ihm nicht aus dem Sinn. Warum ausge-

rechnet dieser eine Standort? Warum nicht einfach irgendwo ernten? Wo lag das Geheimnis der Zistrose?

Als Biologe und Biochemiker erwachte in Georgios Pandalis der Forscherdrang. Würde er es schaffen, mit modernen wissenschaftlichen Methoden dem Geheimnis auf die Spur zu kommen? Jahre intensiver, aufwendiger Forschungsarbeit vergingen. Die Standortfrage der Zistrose kristallisierte sich immer mehr als ausschlaggebendes Kriterium für ihren Wert heraus. Nur ganz wenige Sorten erwiesen sich als nutzbringend. Nach und nach wurden von Dr. Pandalis verschiedene Produkte auf Basis einer ganz speziellen Varietät der Zistrose entwickelt. Das erstaunliche antivirale Potential und der große Erfolg des Extrakts Cystus®052 ließen die Medien aufhorchen. Im Herbst 2005 steuerte der Rummel um die Zistrose auf



einen Höhepunkt zu. Der Winter mit seinen grippalen Infekten stand vor der Tür, außerdem war für die professionellen Angstmacher gerade Vogelgrippe-Zeit. Ein nebenwirkungsfreies Mittel gegen die neue Modeseuche – und das sogar auf rein pflanzlicher Basis? Eine chemiefreie Waffe im Kampf gegen die „Grippe von oben“? Tag für Tag schaukelten sich die Berichterstatter gegenseitig hoch. Und dann – am 24. Oktober 2005 – erfolgte der große Paukenschlag. Cistus – die graubehaarte Zistrose, die unauffällige Alltagspflanze aus Griechenland – fand den Weg in das bundesdeutsche Erste Fernsehprogramm; die Sendung „Report“ beschäftigte sich intensiv mit der Pflanze und ihrem vielversprechenden Potential. Aus der Zistrose war über Nacht ein Medienstar geworden.

Doch die Schattenseiten der Berühmtheit ließen nicht lange auf sich warten. Der Erfolg lockte Neider, Nachahmer und Trittbrettfahrer an. Aus der unauffälligen, unschuldigen Pflanze war plötzlich ein Objekt der Begierde geworden. Dr. Pandalis sah sich von einem Tag zum anderen seltsamen Anrufen, dreisten Forderungen und ernsthaften Bedrohungen ausgesetzt. Da wollten plötzlich wildfremde Menschen ▶





mit ihm nach Griechenland fahren, um dem neuen Stern am Medienhimmel einen Besuch „vor Ort“ abzustatten. Anonyme Anrufer fragten dreist nach Ernteverfahren und Produktionsdetails, Spione von Nachahmer-Firmen gaben sich ungeniert als Heilpraktiker und Ärzte aus, um an Informationen zu kommen. Glücklicherweise schob das gesunde Mißtrauen, das sich Dr. Pandalis – durch Schaden aus der „Bärlauchaffäre“ klug geworden – angeeignet hatte, den Profiteuren, Dieben und Räubern einen Riegel vor.

Doch die fackelten nicht lange. Ohne vermutlich je ein Forschungslabor von innen gesehen zu haben, füllten sie unter dem Namen „Cistus“ alle möglichen Pulver in Kapseln, Tabletten, Sprühdosen und Teetüten. Wissenschaftliche Untersuchungen zu diesen „Überraschungspäckchen“ gab es nicht – da bediente man sich einfach bei den Studien und Tests, die Dr. Pandalis für seine eigenen Rohstoffe und Produkte gemacht hatte. Warenzeichen, Marken- und Urheberrechte wurden mit Füßen getreten, Wiederverkäufer unter Druck gesetzt. Es blieb nichts anderes übrig, als gegen die Nachahmer und Trittbrettfahrer juristisch vorzugehen. Obwohl der Kampf „Original gegen schlechte Kopien“ auf Dauer zugunsten des Originals ausgehen wird, ist im Fall „Cistus“ jetzt schon ein Opfer zu beklagen: die Zistrose, die den Menschen Jahrhunderte lang eine stille, zuverlässige und hilfreiche Begleiterin durch den Alltag war, hat durch skrupellose Profitgier ihren guten Namen und ihre Unschuld eingebüßt. ■

# Das aktuelle Thema I

## Alle Grippe der Welt...

Sie kommt von weit her, sie ist über uns, und sie klingt irgendwie unheimlich. Die Vogelgrippe, wie der H5N1-Erreger im Volksmund heißt, hat nichts von ihrem Schreckenspotential verloren. Allein der Name klingt schon nach Horror und Hitchcock – und das wissen die professionellen Angstmacher in den Praxen und Vorstandsetagen geschickt auszunutzen. Wie sieht jedoch die Wirklichkeit um H5N1 im Augenblick aus? Gibt es einen Grund zur Panik?

*Der Erreger ist noch da, sagt Thomas Mettenleiter, Präsident des Friedrich-Löffler-Instituts für Tiergesundheit. Wenn nun beim Vogelzug eine große Zahl empfänglicher Wildvögel auf engem Raum auftritt, kann der Erreger auch leichter überspringen. Hinzu kommt, daß es kälter wird- und bei Kälte hält sich der Erreger länger.*

In vielen Regionen Deutschlands werden in diesem Winter frei laufende Hühner, Enten und Gänse wieder Stallarrest bekommen, so viel steht fest. Nordrhein-Westfalens Landwirtschaftsminister Eckhard Uhlenberg überlegte Mitte September noch, was mit den 13 Millionen genehmigten Ausnahmefällen geschehen sollte. Das niederländische Federvieh ein paar Kilometer weiter westlich saß schon im Haftvollzug. Die EU-Mitgliedsstaaten haben die Impfung ▶



Ganz aktuell

## Politiker – Finger weg von unserer Gesundheit!

Erinnern Sie sich? Gerade eben haben wir in den URHEIMISCHEN NOTIZEN 02/2006 die Trennung von Politik und Gesundheit gefordert, da bekommen wir interessantes Zahlenmaterial ins Haus. Wir freuen uns, daß wir nicht allein sind: **88 Prozent der Bevölkerung fordern einen Stop der Gesundheitsreform. Zwei Drittel sprechen den Politikern den notwendigen Sachverstand ab. Und 70 Prozent meinen, den Politikern gehe es ohnehin nur um parteipolitische Interessen.** Das ergab eine Umfrage von Infratest !

Also: Zwei Drittel der Bevölkerung halten unsere „Gesundheitsverantwortlichen“ für unfähige Machtpolitiker.

Reicht das immer noch nicht ?



Wir erforschen





von Geflügel gebilligt, auf 3 (!) Höfen in Ostwestfalen gibt es entsprechende Versuche. Baden-Württembergs Agrarminister Hauk hält dagegen nichts von Impfungen. *Die Tiere vermehren das Virus trotzdem und scheiden es aus*, gibt er zu bedenken. Da hat er Recht: Forscher der Universität Edinburgh fanden in Modellversuchen heraus, daß eine Impfung das Risiko für den Ausbruch einer Epidemie erhöht, weil einige wenige Tiere trotzdem krank werden, in der „Masse“ aber nicht auffallen (Wir fragen: *wie sieht es denn bei der Impfung des Massenwesens „Mensch“ aus?*). Diese typischen Beispiele einer hilflosen Chaospolitik verwirren mehr als sie helfen.

Wir halten uns an die Fakten: Weltweit (!) sind bisher 141 Menschen an einer „Vogelgrippe“ - Infektion gestorben. Die Übertragung vom Tier auf den Menschen ist unwahrscheinlich. Die größte Gefahr: eine Rekombination des H5N1-Virus mit menschlichen Influenza-Viren.

Wenden wir uns der doch wohl sehr konkreteren Gefahr einer „gewöhnlichen“ Grippe (Influenza) zu. Hier haben wir es in Deutschland mit 15000 Toten pro Jahr zu tun, jedoch ist auch diese Zahl



mit Vorsicht zu genießen. Es wird nicht zwischen Grippe und grippalem Infekt unterschieden, außerdem läßt sich oft nicht klären, ob die Influenza wirklich der Grund oder nur der Auslöser für den Tod eines ohnehin geschwächten, alten und kranken Menschen gewesen ist.

Trotz dieser Ungereimtheiten hat sich die Zahl der Impfungen in den vergangenen zwölf Jahren verzehnfacht – die Zahl der Todesfälle ist dagegen gleich geblieben. Impfungen also nutzen nichts. Einer der Gründe: für eine gezielte Impfung verändern sich die Viren zu rasch, sie werden resistent und sind dem aktuellen Impfstoff stets einen Schritt voraus. Darüber hinaus gibt es erhebliche Impfschäden, deren Fallzahlen gern verschwiegen oder so hingebogen werden, daß es „paßt“. Na ja, wenn Impfungen nicht helfen, dann muß Tamiflu® her – predigen uns die anders „geimpften“ Experten. Und bei diesem Mittel sieht`s nicht besser aus. Der diesjährige Robert-Koch-Preisträger Prof. Dr. Yoshirhiro Kawaoka: „Allerdings sind einige Viren inzwischen gegenüber diesen Präparaten resistent, und deshalb müssen neue Grippemittel entwickelt werden.“

... Und eines ist schon da: **Cystus®052**

# Cystus®052

## Auf den Standort kommt es an

In der vorigen Ausgabe der Urheimischen Notizen haben wir ganz neue Ergebnisse unserer Cystus®-Forschung angekündigt. Hier sind sie: aus einer ganz bestimmten Varietät einer speziellen Zistrosen-Art haben wir den Infektblocker Cystus®052 entwickelt. Wieder einmal fiel der ausgeprägte Polymorphismus (das heißt: gleich aussehende Pflanzen unterscheiden sich biochemisch) der Pflanze auf. Nur 20 Kilometer vom Standort der 052-Varietät entfernt wiesen die Pflanzen bereits ein deutlich niedrigeres Wirkpotential auf.

## Keine Resistenzbildung

Untersucht wurde unter anderem die Wirksamkeit von Cystus®052-Extrakt gegenüber Rhino- und Influenzaviren verschiedener Subtypen (u. a. auch H5N1 und H7N7). Die Zahl an Nachkommenviren wurde stark reduziert. Vernebelungsversuche – vergleichbar mit dem gegenseitigen Anhusen von Menschen – mit Influenzaviren hatten zum Ergebnis, daß die Viren blockiert wurden. Der virushemmende Effekt ist auf rein physikalische Blockierung zurückzuführen. Eine Resistenzbildung wie bei chemischen Mitteln fand nicht statt.

Bei Patienten mit schmerzhaften Entzündungen im Mund- und Rachenraum erwies sich das Lutschen von 6 mal 2 Cystus®052-Infektblocker-Tabletten als äußerst hilfreich. Die Behandlung mit dem Infektblocker war zudem sehr sicher.

## Schwarz auf weiß

Jetzt haben wir es schwarz auf weiß: Cystus®052 Infektblocker Tabletten ist als Medizinprodukt registriert. Ein Grund, uns jetzt zurückzulehnen und auszuruhen, ist das für uns nicht. Wir machen weiter. Die Forschung braucht uns – und wir brauchen die Forschung – sonst sind wir nur Trittbrettfahrer.

## Und so hilft Cystus®052 Infektblocker:

Auf dem Weg ins Theater oder in der Kirche, Schule, U-Bahn usw. 2 – 3 Cystus®052 Infektblocker Tabletten langsam im Mund zergehen lassen (auch pathogene Bakterien, die eine der häufigsten Ursachen des Mundgeruches sein können, werden somit bekämpft). Unsere Tablette mit den speziellen Polyphenolen wird dadurch zu einem idealen Reisebegleiter in der kalten Jahreszeit oder für alle, die Hals und Stimme besonders beanspruchen.

## Und wenn einer bereits erkrankt ist und der Rachen „brennt“, ...

zusätzlich mit der Cystus®052 Gurgel-lösung mehrmals täglich gurgeln. ■



Wir erforschen



# Das aktuelle Thema II

## Sauna – sinnvolle Schwitzkur oder modische Fleischbeschau?

Oft werden wir von Leserinnen und Lesern gefragt: Ist Sauna urheimisch? Nutzt sie unserer Gesundheit? Oder ist sie nur ein teurer Zeitvertreib? Wir haben recherchiert und Experten befragt – und sind dabei auf ganz erstaunliche Fakten gestoßen. Hier ist unsere Stellungnahme:

### Sauna historisch

Der Gedanke, sich mit anderen nackten Menschen in eine höllisch heiße Holzkabine zu setzen und sich austrocknen zu lassen, mag für Sauna-Unkundige befremdlich erscheinen. Für echte Saunafans gibt es nichts Schöneres, Gesünderes, Entspannenderes. Das Schwitzbad ist keineswegs eine Erfindung wodka-trinkender und birkenrutenschwingender Finnen. Schon die alten Germanen rollten vor 2000 Jahren Felsbrocken in Erdgruben, deckten sie mit Holz ab und heizten sich zwischen den Steinen mächtig ein. Das Bedürfnis, ins Schwitzen zu kommen, ohne sich dabei sonderlich anstrengen zu müssen, hat es offenbar immer gegeben. Ein Saunabesuch um das Jahr 1000 n. Chr. herum zeigt keinen allzu großen Unterschied zu den gefliesten Wellnessstempeln unserer Tage. Der jüdische Mediziner Ibrahim-ibn-Jakub beschrieb ihn damals so: *In dem Bau sind Gefäße mit Wasser, woraus sie nun Wasser auf den glühenden Herd gießen, so daß der Dampf aufsteigt. Jeder hat einen Bund Heu in der Hand, womit er die Luft bewegt und an seinen Leib treibt. Dann öffnen sich die Poren und das Überflüssige vom Körper kommt heraus und läuft in Strömen von ihnen ab, so daß an keinem von ihnen mehr eine Spur von Ausschlag oder Geschwulst zu sehen ist.*

Das ganze Mittelalter hindurch gehörte das Badehaus zum Alltag. Schwitzen und sich gründlich zu reinigen war eine Selbstverständlichkeit – wenn auch nicht ganz billig. Interessant: das, was wir heute Trinkgeld nennen, hieß damals Badgeld. Es wurde für niedere Dienste bezahlt, so daß auch Arme die Möglichkeit erhielten, das Badehaus zu besuchen. Ihre eigentliche Blütezeit erlebte die Badehauskultur zwischen 1300 und 1600. Die Schwitzbäder boten inzwischen einen Rundum-Service an: Rasur, Körperenthaarung, Aderlaß, Wundheilung und Zähneziehen, kleine chirurgische Eingriffe, Essen und Trinken, Musik und Tanz. Im ausgehenden 16. Jahrhundert war die Zeit der Badehäuser dann sehr plötzlich vorbei. Dafür gab es zwei Gründe: erstens wurde in Mitteleuropa das Holz knapp; die Pachtpreise für Badehäuser schnellten nach oben, weil jetzt wegen der Feuergefahr Steingebäude vorgeschrieben waren. Der zweite Grund: die Badehäuser wurden zunehmend aus erotischen Gründen aufgesucht. In großen warmen, gemischtgeschlechtlichen Wannen wurden ohne Umschweife schnelle und direkte Bekanntschaften geschlossen. Manche Badehäuser waren kaum mehr als schlecht getarnte Bordelle. Die Folge: Geschlechtskrankheiten. Die Syphilis begann ihren Siegeszug, die Badehäuser wurden geschlossen. Die Zeit der Dreckspatzen, die Puder und Schminke statt Wasser und Hitze benutzten, brach an. Parallel dazu nahm das Gesundheitsbewußtsein in der Bevölkerung rapide ab. Das Schwitzbad geriet in Vergessenheit.

Erst nach dem Zweiten Weltkrieg erlebte das Schwitzbad bei uns eine Wiederauferstehung. Zu Recht?

### Sauna urheimisch ?

Aus urheimischer Sicht ist das „Schwitzen ohne Anstrengung, bei 90°C“, das Saunieren, nicht zu empfehlen. Der „gesündeste“ Schweiß ist für uns derjenige, der bei körperlicher Anstrengung, zum Beispiel bei intensiver Gartenarbeit, entsteht. Schwitzen bei hohen Temperaturen, ohne sich bewegen zu müssen, birgt die Gefahr einer Überwärmung von Körperteilen, die von Natur aus kühl bleiben sollen: z.B. Augen, Haare, Hoden.

Apropos Hoden: Wen wundert's, daß die Geburtenrate in der Bundesrepublik seit Generationen rückläufig ist.



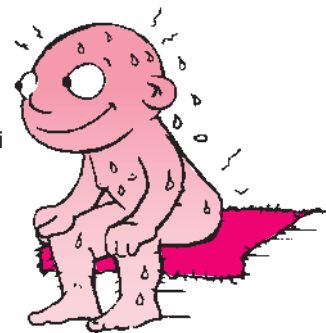
# Kurz und bündig

klug + reich  
= gesund?

Sogenannte sozialepidemiologische Längsschnittstudien offenbaren Erstaunliches: nicht diejenigen, die unmäßig rauchen, trinken und essen, bringen sich vorzeitig ins Grab, sondern diejenigen, die arm und dumm sind. Angeblich soll der soziale Status die wichtigste einzelne Einflußgröße für die Lebenserwartung sein. Am stärksten sind die Unterschiede in Ländern mit großer sozialer „Bandbreite“ wie den USA. Doch selbst in der gemütlichen wohlhabenden Schweiz beträgt der Unterschied in der Lebenserwartung zwischen einfachem Arbeiter und Top Manager im Durchschnitt über 4 Jahre. Typische gesundheitliche Probleme der sozialen Kellerkinder: Bluthochdruck, Diabetes, Gefäßkrankheiten, chronische Bronchitis, orthopädische Probleme und Abhängigkeits-erkrankungen. Dafür sind die klugen Reichen anfälliger für Magen-, Darm- und Nierenkrankheiten.

Wir ärgern uns über solche Schwarzweißmalerei. Die Studien vernachlässigen nämlich die Tatsache, daß reich und klug sowie arm und dumm nicht zwangsläufig gekoppelt sind. Niemand wird bestreiten, dass es jede Menge wohlhabender Menschen gibt, deren Horizont knapp hinter der eigenen Nasenspitze endet. Und genau so gibt es – glücklicherweise – diejenigen mit klugen Köpfen und leeren Taschen. Einkommen und Bildung gehen nun einmal nicht parallel Hand in Hand. Da besteht weiterer, differenzierterer Forschungsbedarf!

(In Anlehnung an einen Beitrag in der Deutschen Medizinischen Wochenschrift, 37/06)



Wir erforschen



# Kurz und bündig

## Cholesterin – wieder nur Gutes vom Prügelknaben

Schon des öfteren haben wir davor gewarnt, das für den Körper absolut notwendige Cholesterin zu verdammen. Jetzt erhalten wir neue Bestätigung: Cholesterin hilft, den weit verbreiteten Magenkeim *Helicobacter pylori* zu bekämpfen. Das Bakterium verändert durch einen Trick – es hängt einfach ein Zuckermolekül an das Cholesterin, so daß das Immunsystem den Eindringling nicht erkennt. Wird jedoch ständig neues Cholesterin von außen zugeführt, funktioniert der Trick von *Helicobacter pylori* nicht mehr. Das Immunsystem erkennt den Eindringling und kämpft.

(In Anlehnung an eine Untersuchung des Berliner Max-Planck-Instituts für Infektionsbiologie)

## Schweinerei

Wer glaubt, durch den Verzehr von Schweinefleisch ausreichend Spurenelemente aufzunehmen, der irrt. „Turboschweine“ aus Massentierhaltung sind von Wachstumshormonen aufgeblasene Neuzüchtungen. Auch in punkto Spurenelemente sind die Rüsselträger arm dran: bis zu 65 Prozent liegt der Gehalt an Eisen, Zink und Selen unter den angegebenen Werten. Das Forschungsinstitut für die Biologie landwirtschaftlicher Nutztiere (FBN) hält eine erstaunliche Lösung des Problems bereit: *Nicht die Massentierhaltung hat Schuld, sagt das FBN, sondern die Nährwerttabellen. Die Werte müssen ganz einfach nach unten korrigiert werden. Arme Schweine.*

(In Anlehnung an einen Beitrag der „Apotheken-Umschau 10/2006 A“)



## Der Anfang vom Ende?

In der letzten Ausgabe der URHEIMISCHEN NOTIZEN haben wir über den Niedergang der kleinen Bioläden berichtet (UHN 02/2006, „Das Ende der Unschuld?“). Seitdem stoßen wir fast täglich auf neue Meldungen und Zahlen zum Thema. „Dank“ Aldi, Lidl & Co. wird Ökoanbau offensichtlich zum Massenprodukt. 20 Prozent Steigerung werden für dieses Jahr vorausgesagt. Die Anbauflächen wachsen jedoch um höchstens 5 Prozent. *Wie geht das*, wird sich manch einer fragen. Es geht eben. Genau so wie bei Billigfernsehern und Plastikspielzeug. Die Sonnenblumenkerne kommen jetzt eben nicht mehr aus dem Münsterland, sondern aus China; Biomilch wird aus Dänemark herangekarrt. Damit wird die einzig vernünftige Idee des regionalen Anbaus ad absurdum geführt, die Gefahr von Qualitätsverlust und Betrug steigt. Der Öko-Markt wird zunehmend von Menge und Preis geprägt. „Echte“ Biobauern fürchten, daß dies der Anfang vom Ende des echten Öko-Betriebes ist. Das fürchten wir auch.

(In Anlehnung an einen Beitrag der ZEIT vom 07.09.2006)



## Kinder, Kinder...

Wer ungewollt kinderlos bleibt, sollte auch in Betracht ziehen ob er nicht das falsche Auto fährt. Kein Scherz: es sollte ein Modell ohne Sitzheizung sein. *Langes und häufiges Fahren mit beheizten Autositzen*, sagt der Mönchengladbacher Urologe Herbert Sperling, *kann die Zeugungsfähigkeit des Mannes mindern*. Grund: der Hodensack benötigt eine „Betriebstemperatur“ von 35 Grad Celsius. Der komfortable Autositz heizt ihn aber auf 38 Grad Celsius auf. Folge: weniger und schlechtere Spermien. Der negative Effekt ist vermutlich weitaus größer als bei den vielzitierten zu engen Hosen – aber längst nicht so schlimm wie die 90°C – Sauna !

(In Anlehnung an einen Beitrag von Herbert Sperling, Präsident der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Andrologie)



## In eigener Sache

### Haariges Thema - Teil 2

Liebe Leserinnen und Leser,

in den URHEIMISCHEN NOTIZEN 02/2006 haben wir im Rahmen unserer Bockshornklee-Studie um Ihre Erfahrungen mit Haarausfall und Haarwachstumsstörungen gebeten. Um ein wissenschaftlich relevantes Studienergebnis zu erreichen, benötigen wir noch weitere Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Diejenigen, die sich bereits gemeldet haben, bitten wir um etwas Geduld. Und für alle anderen Interessierten und Betroffenen gilt: Melden Sie sich bitte unter **05426/3481**.



Wir erforschen





## Zitat

**„Über  
die Medizin“**

**Die Medizin  
ist so weit  
fortgeschritten,  
daß niemand  
mehr gesund  
ist.**

*Aldous Huxley, engl. Schrift-  
steller (1894-1963)*

---

## Urheimische Notizen per Post

Liebe neue Leserinnen und Leser,

Falls Sie die URHEIMISCHEN NOTIZEN das erste Mal in Händen halten und sie weiterhin kostenlos zugesandt bekommen wollen, teilen Sie uns das bitte telefonisch oder schriftlich mit.

---

## Impressum

**Verlag:**

Naturprodukte Dr. Pandalis GmbH & Co. KG  
Dr. Pandalis · Fichtenweg 3 · 49219 Glandorf  
Tel: 0 54 26/34 81 · Fax: 0 54 26/34 82  
Internet: [www.pandalis.com](http://www.pandalis.com)  
E-Mail: [info@pandalis.com](mailto:info@pandalis.com)

**Herausgeber und Chefredakteur:**

Dr. Georgios Pandalis

**Redaktion:** Michaela Rhotert

**Wissenschaftliche Berater:**

Prof. Dr. Dr. Holger Kiesewetter (Charité Berlin)  
Prof. Dr. Richard Pott (Uni Hannover)

**Gestaltung und Illustrationen:**

Sabine Krauss, [www.art-grafik.de](http://www.art-grafik.de)

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur nach Genehmigung unter genauer Quellenangabe gestattet.

**Hinweis der Redaktion:**

Wir halten uns auch weiterhin an die bewährte „alte“ Rechtschreibung.

ISSN 1612-0728